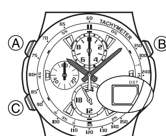
Bedienerführung 4723

CASIO

Einleitung

Wir möchten uns bei dieser Gelegenheit dafür bedanken, dass Sie sich für eine Armbanduhr von CASIO entschieden haben. Um optimales Leistungsvermögen sicherzustellen, lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch.

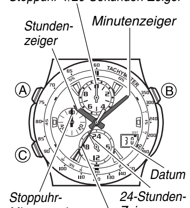
Starten des Sekundenzeigers und der Digitalanzeige



Um Batteriestrom zu sparen, werden die Funktionen der Uhr im Werk vor dem Versand deaktiviert. Zum Aktivieren der Funktionen genügt es, einen der drei Knöpfe zu drücken, wodurch der Sekundenzeiger anläuft und die Digitalanzeige aktiviert wird.

Die Uhr schaltet automatisch zwischen Standardzeit und Sommerzeit um. Zu beachten ist aber, dass die Umschaltung nicht korrekt erfolgt, wenn die Uhr das Zeitkalibrierungssignal nicht empfangen kann.
Falls eine falsche Uhrzeit angezeigt wird, korrigieren Sie die Einstellung bitte anhand der Anleitungen unter „Manuellen Empfang durchführen“ und „Zeit und Datum manuell einstellen“.

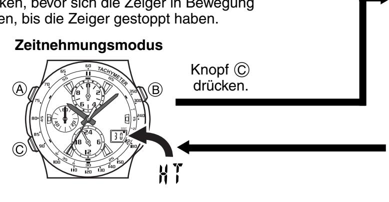
Über diese Bedienungsanleitung

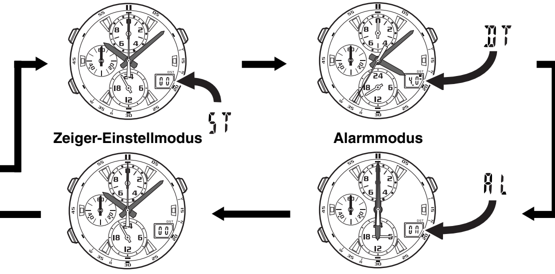


- Die zu betätigenden Knöpfe sind in dieser Anleitung durch die in der Abbildung gezeigten Buchstaben bezeichnet.
- Die einzelnen Abschnitt dieser Bedienungsanleitung enthalten die Informationen, die Sie für die Bedienung im jeweiligen Modus benötigen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen finden Sie im Abschnitt „Referenz“.

Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie Ⓒ zum Weiterschalten von Modus auf Modus.
- Circa 1,5 Sekunden nach Aufrufen des Dualzeit-, Alarm- oder Zeigereinstell-Modus bewegen sich die Zeiger in die Position, die die aktuelle Modus-Einstellung anzeigt. Solange die Zeiger sich bewegen, kann der Modus nicht geändert werden. Um auf einen anderen Modus zu schalten, Ⓒ drücken, bevor sich die Zeiger in Bewegung setzen, oder mit dem Drücken von Ⓒ warten, bis die Zeiger gestoppt haben.
- Drücken Sie Ⓑ im Zeitnehmungsmodus (außer bei Anzeige einer Einstellanzeige), um das Zifferblatt zu beleuchten.





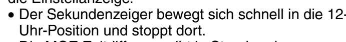
Funkgestützte Atomzeitnehmung

Diese Uhr empfängt ein Zeitkalibrierungssignal und aktualisiert ihre Zeiteinstellung entsprechend. Das Zeitkalibrierungssignal schließt sowohl die Standardzeit- als auch die Sommerzeitdaten ein.
- Unterstützte Zeitkalibrierungssignale: Deutschland (Mainflingen), England (Rugby).

Einstellung der aktuellen Uhrzeit

Die Uhr nimmt die Zeiteinstellung automatisch anhand des Zeitkalibrierungssignals vor. Falls erforderlich, können Zeit und Datum anhand der entsprechenden Anleitung auch manuell eingestellt werden.
- Nach dem Kauf dieser Armbanduhr müssen Sie zuerst Ihre Heimat-Zeitzone einstellen, d.h. die Zeitzone, in der Sie die Uhr normalerweise verwenden. Für weitere Informationen siehe den nachstehenden Abschnitt „Heimat-Zeitzone eingeben“.
- Falls Sie die Uhr außerhalb des Empfangsbereichs der Zeitsignalsender verwenden, müssen Sie die Zeit manuell wie erforderlich einstellen. Näheres zu den manuellen Einstellungen finden Sie unter „Zeitnehmung“.

Heimat-Zeitzone eingeben



1. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus Ⓐ gedrückt, bis die MGZ-Zeitdifferenz zu blinken beginnt. Dies bezeichnet die Einstellanzeige.
   - Der Sekundenzeiger bewegt sich schnell in die 12-Uhr-Position und stoppt dort.
   - Die MGZ-Zeitdifferenz gibt in Stunden den Zeitunterschied zwischen der mittleren Greenwich-Zeit (Weltzeit) und der Zeit der aktuell gewählten Zeitzone an.
   - Der **DST**-Indikator gibt an, dass die aktuell gewählte Zeitzone auf Sommerzeit geschaltet ist.
2. Wählen Sie mit Ⓑ (+) die als Heimat-Zeitzone zu verwendende Zeitzone.
   - Nachstehend sind die MGZ-Zeitdifferenzen von wichtigen Städten in europäischen Zeitzonen angeben.

Zeitzone	Wichtige Städte in der Zeitzone
+0.0 (DST +1,0)	London, Dublin, Lissabon, Casablanca, Dakar, Abidjan
+1.0 (DST +2,0)	Paris, Mailand, Rom, Madrid, Amsterdam, Algier, Hamburg, Frankfurt, Wien, Stockholm, Berlin
+2.0 (DST +3,0)	Athen, Kairo, Jerusalem, Helsinki, Istanbul, Beirut, Damaskus, Kapstadt

3. Drücken Sie Ⓐ zum Schließen der Einstellanzeige.
- Der Sekundenzeiger bewegt sich zügig in die korrekte Position und läuft von dort normal weiter.
- Normalerweise wird die Uhrzeit bereits auf Eingeben der Heimat-Zeitzone korrekt anzeigt. Sollte dies nicht der Fall sein, dürfte die Uhrzeit beim nächsten automatischen Empfang (über Nacht) automatisch korrigiert werden. Sie können den Empfang auch manuell veranlassen oder die Uhrzeit manuell einstellen.
- Durch Wählen von **+0.0**, **+1.0** oder **+2.0** (+1.0, +2.0 oder +3.0 bei eingeschalteter Sommerzeit) als Heimat-Zeitzone schaltet sich der automatische Empfang automatisch ein. Wenn der automatische Empfang eingeschaltet ist und Sie sich im Empfangsbereich befinden, empfängt die Uhr automatisch (über Nacht) das Zeitkalibrierungssignal des zuständigen Senders und passt ihre Einstellungen entsprechend an. Näheres zum Zusammenhang zwischen den Zeitzonen (MGZ-Zeitdifferenzen) und den Sendern siehe „Sender“.
- Näheres zu den Empfangsbereichen der Uhr siehe Zeichnungen unter „Empfangsbereiche“.
- Falls Sie sich in einer Region befinden, in der keine Sommerzeit (DST) verwendet wird, schalten Sie die Sommerzeit bitte aus.

- Auch wenn das Zeitkalibrierungssignal korrekt empfangen wurde, kann es sein, dass die analogen Zeiger der Uhr die Uhrzeit nicht korrekt anzeigen. In solchen Fällen bitte gemäß Anleitung unter „Korrigieren der Grundstellungen“ die Grundstellungen der Zeiger kontrollieren und wie erforderlich korrigieren.

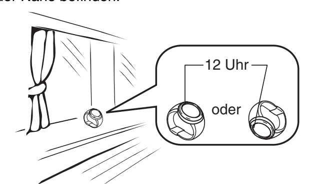
Empfangen des Zeitkalibrierungssignals

Es gibt zwei verschiedene Methoden, die Sie für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals verwenden können: automatischen und manuellen Empfang.

• Automatischer Empfang
Beim automatischen Empfang empfängt die Armbanduhr automatisch bis zu sechs Mal am Tag das Zeitkalibrierungssignal. Bei erfolgreichem Empfang werden die restlichen Empfangsversuche nicht mehr ausgeführt. Für weitere Informationen siehe „Über den automatischen Empfang“.

• Manueller Empfang
Der manuelle Empfang lässt Sie den Empfang des Zeitkalibrierungssignals auf Knopfdruck beginnen. Für weitere Informationen siehe „Manuellen Empfang durchführen“.

Wichtig!
- Wenn Sie den automatischen Empfang des Zeitkalibrierungssignals vorbereiten, positionieren Sie die Uhr bitte gemäß nachfolgender Abbildung mit ihrer 12-Uhr-Seite auf ein Fenster gerichtet. Achten Sie darauf, dass sich keine metallischen Gegenstände in der Nähe befinden.



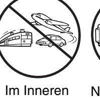
- Vergewissern Sie sich, dass die Uhr richtig ausgerichtet ist.
- Unter den nachfolgenden Bedingungen ist richtiger Signalempfang schwierig oder ganz unmöglich.



Im Inneren von oder zwischen Gebäuden



Im Inneren eines Fahrzeugs



Nahe an Haushalts- oder Bürogeräten und Handys

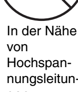


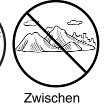
Nahe an Baustellen, Flughäfen und anderen Orten mit elektrischen Störquellen





In der Nähe von Hochspannungsleitungen





Zwischen oder hinter Bergen

- Der Signalempfang ist normalerweise während der Nacht besser als tagsüber.
- Für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals werden in der Regel zwei bis sieben Minuten benötigt, unter Umständen aber auch bis zu 14 Minuten. Achten Sie darauf, dass Sie während dieser Zeit keine Knöpfe betätigen und die Uhr nicht bewegt wird.



- Falls sie sich innerhalb der entsprechenden Empfangsbereiche befindet, kann die Uhr entweder das Zeitkalibrierungssignal von Deutschland (Mainflingen) oder England (Rugby) empfangen. Näheres hierzu finden Sie unter „Sender".

Empfangsbereiche



- Zu bestimmten Jahres- oder Tageszeiten ist nicht gewährleistet, dass der Signalempfang bei den nachstehenden Entfernungen möglich ist. Empfangsprobleme können auch durch Funkstörungen hervorgerufen werden.
  Sender Mainflingen (Deutschland) und Rugby (England): 500 km (310 Meilen)
- Auch wenn sich die Uhr innerhalb des Empfangsbereichs des Senders befindet, ist der Signalempfang unmöglich, wenn das Signal von Bergen oder geologischen Formationen zwischen Uhr und Signalquelle blockiert wird.
- Der Signalempfang wird vom Wetter, den atmosphärischen Bedingungen und jahreszeitlichen Änderungen beeinflusst.
- Bei Problemen mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals siehe die unter „Störungsbeseitigung beim Signalempfang" aufgeführten Informationen.

Über den automatischen Empfang

Beim automatischen Empfang empfängt die Uhr automatisch bis zu sechs Mal am Tag das Zeitkalibrierungssignal. Bei erfolgreichem Empfang werden die restlichen Empfangsversuche nicht mehr ausgeführt. Der Zeitplan (Kalibrierzeiten) richtet sich nach der aktuell eingestellten Heimat-Zeitzone und danach, ob für diese Standard- oder Sommerzeit eingestellt ist.

Hinweis

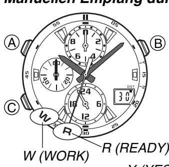
- Die Uhr schaltet sich stets auf automatischen Empfang, wenn als Heimat-Zeitzone **+0.0**, **+1.0** oder **+2.0** (+1.0, +2.0 oder +3.0 bei eingeschalteter Sommerzeit) eingestellt wird.

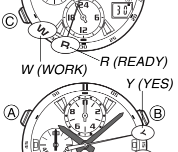
Ihre Zeitzone		Startzeiten des automatischen Empfangs					
		1	2	3	4	5	6
+0.0 (DST +1,0)	**Standardzeit**	1:00 Uhr früh	2:00 Uhr früh	3:00 Uhr früh	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht
	Sommerzeit	2:00 Uhr früh	3:00 Uhr früh	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht	1:00 Uhr früh, nächster Tag
+1.0 (DST +2,0)	**Standardzeit**	2:00 Uhr früh	3:00 Uhr früh	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht	1:00 Uhr früh, nächster Tag
	Sommerzeit	3:00 Uhr früh	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht	1:00 Uhr früh, nächster Tag	2:00 Uhr früh, nächster Tag
+2.0 (DST +3,0)	**Standardzeit**	3:00 Uhr früh	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht	1:00 Uhr früh, nächster Tag	2:00 Uhr früh, nächster Tag
	Sommerzeit	4:00 Uhr früh	5:00 Uhr früh	Mitternacht	1:00 Uhr früh, nächster Tag	2:00 Uhr früh, nächster Tag	3:00 Uhr früh, nächster Tag

Hinweise

- Der automatische Empfang wird nur dann ausgeführt, wenn die Uhr bei Erreichen einer der Kalibrierzeiten auf den Zeitnehmungs-, Stoppuhr- (auf Null zurückgestellt) oder Dualzeitmodus geschaltet ist. Der automatische Empfang erfolgt nicht, wenn eine Kalibrierzeit bei laufender Stoppuhr-Zeitmessung, während der Alarmausgabe oder während der Vornahme von Einstellungen erreicht wird.
- Der automatische Empfang des Kalibrierungssignals wird früh am Morgen ausgeführt, während Sie noch schlafen (vorausgesetzt, dass die Zeit im Zeitnehmungsmodus richtig eingestellt ist). Bevor Sie abends schlafen gehen, sollten Sie die Armbanduhr vom Handgelenk abnehmen und an einer Stelle mit gutem Signalempfang ablegen.
- Die Uhr empfängt täglich das Zeitkalibrierungssignal für zwei bis 14 Minuten, sobald eine der Kalibrierzeiten im Zeitnehmungsmodus erreicht wird. Betätigen Sie innerhalb von 14 Minuten vor und nach jeder Kalibrierzeit keinen der Knöpfe, da dies die Kalibrierung beeinträchtigen könnte.
- Denken Sie daran, dass sich der Empfang des Kalibrierungssignals nach der Zeitgabe im Zeitnehmungsmodus richtet.

Manuellen Empfang durchführen





1. Legen Sie die Uhr so auf einer stabilen Unterlage ab, dass die obere Seite (12-Uhr-Seite) in Richtung eines Fensters weist.
2. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus den Knopf Ⓐ ca. zwei Sekunden gedrückt, bis die Uhr einen Piepton ausgibt.
3. Stellt sich der Stoppuhr-Sekundenzeiger auf **R (READY)** (Bereit), was bezeichnet, dass die Uhr den Empfang des Kalibrierungssignals einleitet.

- Der Sekundenzeiger stellt sich auf **W (WORK)** (Werk) und bleibt dort während des laufenden Empfangs stehen.
- Die Stunden- und Minutenzeiger zeigen weiterhin normal die Uhrzeit an.
- Der Empfang des Zeitkalibrierungssignals nimmt normalerweise zwei bis sieben Minuten in Anspruch, kann in manchen Fällen aber auch bis zu 14 Minuten dauern. Achten Sie darauf, dass Sie während des laufenden Empfangs keinen der Knöpfe betätigen und die Uhr nicht bewegen.

- Wenn der Empfang erfolgreich war, stellt sich der Sekundenzeiger auf **Y (YES)** (Ja). Eine Minute danach stellen sich die Zeiger dann auf die korrekte Uhrzeit.

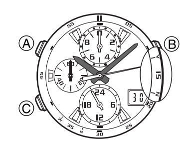
Hinweise

- Um einen Empfangsvorgang abzubrechen und in den Zeitnehmungsmodus zurückzukehren, drücken Sie einen beliebigen Knopf.
- Falls der Empfangsversuch nicht erfolgreich war, stellt sich der Stoppuhr-Sekundenzeiger auf **N (NO)** (Nicht). Eine Minute später nimmt der Stoppuhr-Sekundenzeiger den normalen Betrieb wieder auf, ohne dass eine Korrektur der Zeigerstellung erfolgt.
- Wenn der Stoppuhr-Sekundenzeiger auf **Y (YES)** oder **N (NO)** steht, können Sie durch Drücken eines beliebigen Knopfes auf den Zeitnehmungsmodus zurückschalten.

Kontrollieren des letzten Signalempfangs

Im Empfangsergebnis-Modus können Sie kontrollieren, ob der Signalempfang erfolgreich abgelaufen ist.

Status des letzten Signalempfangs abrufen



1. Drücken Sie im Zeitnehmungsmodus den Knopf Ⓐ.

- Falls das Signal bei einem der Empfangsversuche seit Mitternacht erfolgreich empfangen wurde, stellt sich der Stoppuhr-Sekundenzeiger auf **Y (YES)**. Falls alle Empfangsversuche erfolglos waren, stellt sich der Sekundenzeiger auf **N (NO)**.
- Die Uhr stellt sich nach fünf Sekunden auf den Zeitnehmungsmodus zurück.
- Das aktuelle Empfangsergebnis wird gelöscht, wenn am folgenden Tag der erste automatische Empfangsversuch erfolgt. Entsprechend zeigt **Y (YES)** dann einen erfolgreichen Empfang seit Beginn des aktuellen Kalendertags an.
- Wenn Sie die Uhrzeit oder das Datum manuell einstellen, stellt sich der Sekundenzeiger auf **N (NO)**.

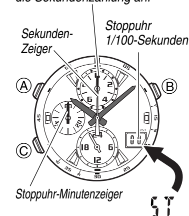
Störungsbeseitigung beim Signalempfang

Überprüfen Sie die folgenden Punkte, wenn beim Signalempfang Probleme auftreten sollten.

Problem	Mögliche Ursache	Was Sie tun sollten
Stoppuhr-Sekundenzeiger steht auf **N (NO)**.	• Sie haben die Uhrzeit-Einstellung manuell geändert. • Es wurde während des automatischen Empfangs einer der Knöpfe gedrückt. • Empfangsergebnis wird jeden Tag mit dem ersten automatischen Empfangsversuch rückgestellt.	• Manuellen Signalempfang durchführen oder warten, bis der nächste automatische Empfang erfolgt. • Kontrollieren Sie, ob die Uhr an einem Ort abgelegt wurde, an dem Signalempfang möglich ist.
Falsche Uhrzeit nach dem Signalempfang	• Heimat-Zeitzone nicht auf die Zone eingestellt, in der die Uhr benutzt wird.	• Heimat-Zeitzone korrekt einstellen.

- Für weitere Informationen siehe „Wichtig!" unter „Empfangen des Zeitkalibrierungssignals" und „Vorsichtsmaßnahmen zur funkgestützten Atomzeitnehmung".

Stoppuhr



Mit der Stoppuhr können Sie die abgelaufene Zeit messen.

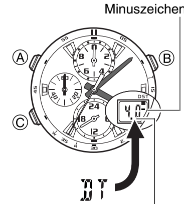
- Der Anzeigebereich der Stoppuhr beträgt bis zu 59 Minuten und 59,99 Sekunden.
- Durch Aufrufen des Stoppuhrmodus stellen sich Sekundenzeiger, Stoppuhr-Minutenzeiger und Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeiger in die 12-Uhr-Position.
- Die Stoppuhr setzt ihren Betrieb fort und beginnt wiederum ab Null, wenn sie ihre Grenze erreicht hat, bis Sie von Ihnen gestoppt wird.
- Der Messvorgang der Stoppuhr läuft weiter, auch wenn Sie den Stoppuhrmodus verlassen.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts erfolgen im Stoppuhrmodus, der durch Drücken von Ⓒ aufgerufen wird.

Abgelaufene Zeit messen

1. Drücken Sie Ⓑ, um die Stoppuhr zu starten.
2. Drücken Sie Ⓑ, um die Stoppuhr anzuhalten.
   - Sie können den Messvorgang durch erneutes Drücken von Ⓑ wieder fortsetzen.
   - Der 1/20-Sekunden-Zeiger läuft nur während der ersten 60 Sekunden und stoppt dann. Nach dem Stoppen der Zeitmessung (mit Knopf Ⓑ) springt der Zeiger in die Position zur Anzeige der 1/20-Sekunden (die intern gemessen werden).
3. Lesen Sie die gestoppte Zeit ab.

- Drücken Sie Ⓐ, um die Stoppuhr zurückzustellen.

Dualzeit



Im Dualzeitmodus können Sie die aktuelle Uhrzeit von 29 Zeitzonen rund um die Welt aufrufen.

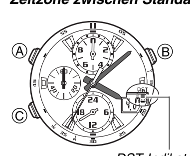
- Die Zeitzonen werden im Digitaldisplay über die MGZ-Zeitdifferenz angezeigt.
- Nähere Informationen zu den Zeitzonen finden Sie in der „Time Zone Table" (Zeitzonentabelle).
- ßei Erreichen einer Kalibrierzeit führt die Uhr den Signalempfang auch dann durch, wenn auf den Dualzeitmodus geschaltet ist. In solchen Fällen werden die Zeiteinstellungen des Dualzeitmodus entsprechend der aktuellen Uhrzeit der Heimat-Zeitzone im Zeitnehmungsmodus angepasst.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts erfolgen im Dualzeitmodus, der durch Drücken von Ⓒ aufgerufen wird.

Uhrzeit einer anderen Zeitzone einsehen

Drücken Sie im Dualzeitmodus Ⓑ, um nach Osten durch die Zeitzonen zu blättern.

- Wenn Sie Ⓑ freigeben, stellen sich die Zeiger nach circa einer Sekunde auf die aktuelle Uhrzeit der betreffenden Zeitzone.
- Falls die für eine Zeitzone eine falsche Uhrzeit angezeigt wird, kontrollieren und, falls erforderlich, korrigieren Sie bitte die Einstellungen von Uhrzeit und Heimat-Zeitzone im Zeitnehmungsmodus.

Zeitzone zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschalten

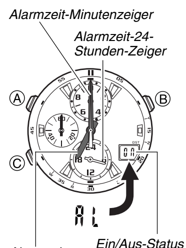


1. Rufen Sie im Dualzeitmodus mit Ⓑ die Zeitzone auf, deren Sommerzeit-Einstellung Sie ändern möchten.
2. Halten Sie Ⓐ gedrückt, um zwischen Sommerzeit (**DST**-Indikator angezeigt) und Standardzeit (**DST**-Indikator nicht angezeigt) umzuschalten.

- Einschalten der Sommerzeit erhöht den Wert der MGZ-Zeitdifferenz um Eins.

- Der **DST**-Indikator wird im Display angezeigt, wenn eine auf Sommerzeit geschaltete Zeitzone angezeigt ist.
- Die gewählte Sommerzeit-Einstellung gilt nur für die jeweils angezeigte Zeitzone. Andere Zeitzonen werden nicht beeinflusst.
- Bitte beachten Sie, dass im Dualzeitmodus nicht die Sommerzeit-Einstellung der für den Zeitnehmungsmodus gewählten Heimat-Zeitzone geändert werden kann. Das Vorgehen zum Ein- und Ausschalten der Sommerzeit für die Heimat-Zeitzone finden Sie unter „Sommerzeit-Einstellung ändern".
- Die Zeitzone 0 (MGZ: mittlere Greenwich-Zeit) ist nicht zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschaltbar.

Alarm



Wenn der Alarm eingeschaltet ist, gibt die Uhr auf Erreichen der Alarmzeit einen Alarmton aus.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts erfolgen im Alarmmodus, der durch Drücken von Ⓒ aufgerufen wird.

Alarmzeit einstellen

1. Halten Sie im Alarmmodus zwei Sekunden lang Ⓐ gedrückt, um den Einstellmodus aufzurufen.
2. Ändern Sie die Alarmzeit mit Ⓑ.
   - Drücken Sie Ⓑ, um die Zeiger in Minutenschritten im Uhrzeigersinn zu verstellen.
3. Drücken Sie nach dem Einstellen der Alarmzeit den Knopf Ⓐ, um den Einstellmodus zu verlassen.
- Durch Einstellen der Alarmzeit schaltet sich der Alarm automatisch ein.

Alarmausgabe

Zur voreingestellten Zeit ertönt unabhängig vom Modus, in dem sich die Uhr befindet, für 10 Sekunden der Alarmton.
- Der Alarmton wird mit Bezug auf die Uhrzeit im Zeitnehmungsmodus ausgegeben.
- Der Alarmton kann durch Drücken eines beliebigen Knopfes gestoppt werden.

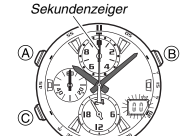
Alarm ein- und ausschalten

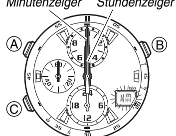
Drücken Sie im Alarmmodus den Knopf Ⓑ, um den Alarm zwischen **ON** und **OFF** umzuschalten.
- Wenn Sie den Alarm einschalten, bestätigt die Uhr dies mit einem Piepton.

Korrigieren der Grundstellungen

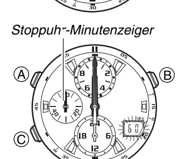
- Falls die Uhrzeit- und Datumseinstellungen nicht stimmen, obwohl das Kalibrierungssignal normal empfangen wird, bitte anhand der folgenden Anleitungen die Zeiger-Grundstellungen korrigieren.
- Nach dem Vorgehen dieses Abschnitts können Sie die Stellungen von Sekundenzeiger, Stoppuhr-Minutenzeiger und Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeiger korrigieren, wenn sich diese beim Aufrufen des Zeiger-Einstellmodus nicht exakt in die 12-Uhr-Position stellen.

Grundstellungen korrigieren



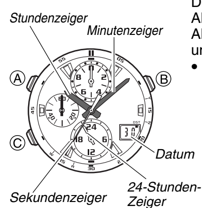


Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeiger



1. Drücken Sie im Zeitnehmungsmodus viermal Ⓒ, um den Zeiger-Einstellmodus aufzurufen.
2. Halten Sie Ⓐ gedrückt, bis **0 0** zu blinken beginnt, was die Analog-Einstellanzeige bezeichnet.
   - Die Grundstellung des Sekundenzeigers ist richtig eingestellt, wenn sich dieser auf 12 Uhr stellt. Ist dies nicht der Fall, Ⓑ drücken, um den Zeiger auf 12 Uhr zu setzen.
3. Wenn Sie sich überzeugt haben, dass die Grundstellung des Sekundenzeigers stimmt, drücken Sie Ⓒ. Dies schaltet auf Nachstellen der Grundstellungen des Stunden- und des Minutenzeigers (**Hm** blinkt).
   - Stunden- und Minutenzeiger sind richtig eingestellt, wenn sich beide auf 12 Uhr stellen und der 24-Stunden-Zeiger auf die 24. Stunde zeigt. Falls die Zeiger nicht richtig positioniert sind, die Zeiger mit Ⓑ in die richtigen Grundstellungen bewegen.
4. Wenn Sie sich überzeugt haben, dass die Grundstellungen von Stunden- und Minutenzeiger stimmen, drücken Sie bitte Ⓒ. Dies schaltet auf Nachstellen der Grundstellung des Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeigers (**20** blinkt).
   - Der Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeiger ist richtig justiert, wenn er sich auf die 0-Position stellt. Ist dies nicht der Fall, bewegen Sie ihn bitte mit Ⓑ in die 0-Position.
5. Kontrollieren Sie noch einmal, dass die Grundstellung des Stoppuhr-1/20-Sekunden-Zeigers jetzt stimmt, und drücken Sie dann Ⓒ. Dies schaltet die Uhr auf Grundstellungsjustage für den Stoppuhr-Minutenzeiger (**60** blinkt).
   - Der Stoppuhr-Minutenzeiger ist richtig justiert, wenn er sich auf die Position 60 stellt. Ist dies nicht der Fall, bewegen Sie ihn bitte mit Ⓑ in Position 60.
6. Drücken Sie Ⓐ, um die Einstellanzeige zu schließen.
- Nachdem Sie die Grundstellungen korrigiert haben, die Uhr bitte an einem Ort mit gutem Empfang für das Zeitkalibrierungssignal ablegen und den manuellen Empfang einleiten. Näheres hierzu finden Sie unter „Manuellen Empfang durchführen".

Zeitnehmung

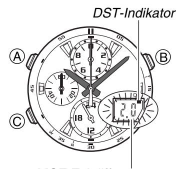


Der Zeitnehmungsmodus dient zum Einstellen und Ablesen der aktuellen Uhrzeit und des Datums. In diesem Abschnitt ist auch beschrieben, wie das aktuelle Datum und die Uhrzeit manuell eingestellt werden können.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts erfolgen im Zeitnehmungsmodus, der durch Drücken von Ⓒ aufgerufen wird.

Manuelles Einstellen von Zeit und Datum

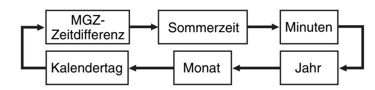
Kontrollieren Sie, ob die Heimat-Zeitzone richtig eingestellt ist, bevor Sie die Einstellungen der laufenden Uhrzeit und des Datums ändern. Ortszeiten im Dualzeitmodus werden mit Bezug auf die Einstellungen des Zeitnehmungsmodus angezeigt. Dadurch stimmen auch die Ortszeiten im Dualzeitmodus nicht, wenn vor dem Korrigieren von Uhrzeit und Datum im Zeitnehmungsmodus nicht die richtige Heimat-Zeitzone gewählt wurde.
- Beim Einstellen von Uhrzeit und Datum können Sie auch die Einstellungen für Heimat-Zeitzone (die Zeitzone, in der die Uhr normalerweise benutzt wird) und Sommerzeit (Sommer- oder Standardzeit).

Zeit und Datum manuell einstellen



MGZ-Zeitdifferenz
2.0 : +2.0
4.0 : -4.0
Minuszeichen

1. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus Ⓐ gedrückt, bis die MGZ-Zeitdifferenz zu blinken beginnt. Dies bezeichnet die Einstellanzeige.
   - Der Sekundenzeiger bewegt sich zügig in die 12-Uhr-Position und stoppt dort.
   - Die MGZ-Zeitdifferenz gibt in Stunden den Zeitunterschied zwischen der mittleren Greenwich-Zeit (Weltzeit) und der Zeit der aktuell gewählten Zeitzone an.
   - Der **DST**-Indikator gibt an, dass die aktuell gewählte Zeitzone auf Sommerzeit geschaltet ist.
2. Wählen Sie mit Ⓑ die als Heimat-Zeitzone zu verwendende Zeitzone.
   - Nähere Informationen zu den MGZ-Zeitdifferenzen finden Sie in der „Time Zone Table" (Zeitzonentabelle).
3. Schalten Sie zum Wählen weiterer Einstellungen mit Ⓒ das Blinken in der unten gezeigten Reihenfolge weiter.



4. Wenn die zu ändernde Einstellung blinkt, stellen Sie diese mit Ⓑ wie unten beschrieben ein.

Anzeige	Um dies auszuführen:	Tun Sie Folgendes:
2.0 (DST)	Zeitzone ändern	Ⓑ verwenden.
AT (DST)	Zwischen Sommerzeit (ON), Standardzeit (OF) und Auto DST (AT) umschalten	Ⓑdrücken.
09	Minuten (Zeit) ändern	Ⓑ verwenden.
01	Jahr ändern	Ⓑ verwenden.
6	Monat ändern	Ⓑdrücken.
30	Tag ändern	Ⓑdrücken.

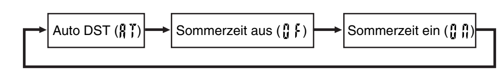
5. Drücken Sie Ⓐ zum Schließen der Einstellanzeige.
- Wenn Sie die Einstellanzeige schließen, stellen sich die Analogzeiger automatisch auf die Digitalzeit ein.
- Auto DST (AT) ist nur wählbar, wenn als Heimat-Zeitzone **+0.0**, **+1.0** oder **+2.0** (+1.0, +2.0 oder +3.0 bei eingeschalteter Sommerzeit) gewählt ist. Weitere Informationen finden Sie nachstehend unter „Sommerzeit (DST)".

Sommerzeit (DST)

Die Sommerzeit (bzw. Daylight Saving Time = DST) stellt die Uhr um eine Stunde gegenüber der Standardzeit vor. Bitte beachten Sie aber, dass nicht aller Länder oder auch Regionen eine Sommerzeit verwenden.
Die Zeitkalibrierungssignale enthalten Standardzeit- und Sommerzeitdaten. Wenn die Uhr auf „Auto DST" geschaltet ist, schaltet sie anhand des empfangenen Signals automatisch zwischen der Standard- und Sommerzeit um.
- Die automatische Sommerzeit-Einstellung (Auto DST) kann nur aktiviert werden, wenn als Heimat-Zeitzone **+0.0**, **+1.0** oder **+2.0** (+1.0, +2.0 oder +3.0 bei eingeschalteter Sommerzeit) gewählt ist.
- Falls Sie Probleme mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals haben, empfiehlt es sich in der Regel, die Umschaltung zwischen Standardzeit und Sommerzeit manuell vorzunehmen.

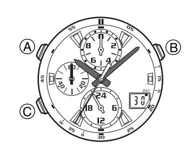
Sommerzeit-Einstellung ändern

1. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus Ⓐ gedrückt, bis die MGZ-Zeitdifferenz zu blinken beginnt. Dies bezeichnet die Einstellanzeige.
2. Drücken Sie Ⓒ zum Aufrufen der DST-Einstellanzeige.
3. Wählen Sie wie unten gezeigt durch Weiterschalten mit Ⓑ die gewünschte Einstellung.



4. Drücken Sie Ⓐ zum Verlassen der Einstellanzeige.
- Im Display wird der **DST**-Indikator angezeigt, wenn die Sommerzeit eingeschaltet ist.
- Einschalten der Sommerzeit erhöht den Wert der MGZ-Zeitdifferenz um Eins.

Beleuchtung



Für bessere Ablesbarkeit im Dunkeln kann das Zifferblatt der Uhr mit einer LED (Licht emittierende Diode) beleuchtet werden. Die Beleuchtungsautomatik schaltet die Displaybeleuchtung automatisch ein, wenn Sie die Uhr in einem bestimmten Winkel auf Ihr Gesicht richten.

- Die Beleuchtungsautomatik muss eingeschaltet sein, damit sie arbeitet.
- Für weitere wichtige Informationen siehe „Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung".

Zifferblatt der Uhr beleuchten

Drücken Sie Ⓑ im Zeitnehmungsmodus (außer bei Anzeige einer Einstellanzeige), um das Zifferblatt zu beleuchten.

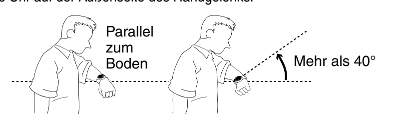
- Durch die obige Bedienung wird die Beleuchtung unabhängig von der aktuellen Einstellung der Beleuchtungsautomatik aktiviert.

Über die Beleuchtungsautomatik

Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik wird das Zifferblatt in allen Modi automatisch beleuchtet, wenn Sie Ihr Handgelenk wie unten gezeigt positionieren. Bitte beachten Sie, dass die Uhr mit "Auto LED Light" ausgestattet ist, wodurch die Beleuchtungsautomatik nur anspricht, wenn das verfügbare Licht unter einem bestimmten Pegel liegt. Unter heller Beleuchtung wird das Zifferblatt nicht beleuchtet.

Die Beleuchtung schaltet sich ein, wenn Sie die Uhr parallel zum Boden halten und dann um mehr als 40 Grad dem Gesicht zuwenden.

- Tragen Sie die Uhr auf der Außenseite des Handgelenks.



Warnung!

- **Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie das Zifferblatt unter Verwendung der Beleuchtungsautomatik einsehen. Seien Sie besonders vorsichtig beim Laufen oder anderen Tätigkeiten, die zu einem Unfall oder zu Verletzungen führen können. Achten Sie auch darauf, dass das plötzliche Ansprechen der Beleuchtung andere Personen in Ihrer Nähe nicht erschrickt oder ablenkt.**
- **Beachten Sie beim Tragen der Uhr, dass die Beleuchtungsautomatik auszuschalten ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad oder anderes Kraftfahrzeug lenken. Plötzliches und unerwartetes Ansprechen der Beleuchtung kann zu einer Ablenkung und dadurch möglicherweise zu einem Verkehrsunfall mit eventuell ernsten Verletzungsfolgen führen.**

Beleuchtungsautomatik ein- und ausschalten

Halten Sie im Zeitnehmungsmodus (außer bei angezeigter Einstellanzeige) den Knopf Ⓑ zum Einschalten bzw. Ausschalten etwa drei Sekunden gedrückt.

- Auf Einschalten der Beleuchtungsautomatik gibt die Uhr einen Piepton aus. Der „ON"-Indikator erscheint und die Beleuchtung schaltet sich für 1,5 Sekunden ein.
- Auf Ausschalten der Beleuchtungsautomatik gibt die Uhr einen Piepton aus. Der „OFF"-Indikator erscheint für 1,5 Sekunden und die Beleuchtung schaltet sich nicht mehr ein.
- Um die Batterie nicht unnötig zu entladen, schaltet sich die Beleuchtungsautomatik circa sechs Stunden nach dem Einschalten automatisch wieder aus.

Referenz

In diesem Abschnitt finden Sie nähere Details und technische Informationen zum Betrieb der Armbanduhr. Er enthält auch wichtige Vorsichtsmaßnahmen und Hinweise zu den Merkmalen und Funktionen dieser Uhr.

Automatische Rückkehrfunktion

- Falls Sie die Uhr zwei oder drei Minuten im Alarmmodus oder Zeiger-Einstellmodus belassen, ohne einen der Knöpfe zu betätigen, kehrt sie automatisch in den Zeitnehmungsmodus zurück.
- Falls Sie innerhalb von zwei oder drei Minuten keine Bedienung vornehmen, während ein Einstellmodus aufgerufen ist, verlässt die Uhr den Einstellmodus automatisch.

Scrollen

- Sie können Ⓑ in verschiedenen Einstellmodi verwenden, um die Zeigerstellung zu ändern. In den meisten Fällen erfolgt Zeiger-Schnelldurchgang, wenn Sie den Knopf dabei gedrückt halten.
- Der Zeiger- Schnelldurchgang wird fortgesetzt, bis Sie einen der Knöpfe drücken oder ein vollständiger Zeigerzylus durchlaufen ist.
  - Ein vollständiger Zeigerzyklus übergreift eine Umdrehung (360 Grad) oder 24 Stunden.

Vorsichtsmaßnahmen zur funkgestützten Atomzeitnehmung

- Eine starke elektrostatische Aufladung kann dazu führen, dass die falsche Zeit eingestellt wird.
- Das Zeitkalibrierungssignal wird an der Ionosphäre reflektiert. Dadurch kann der Empfangsbereich durch Faktoren wie ein verändertes Reflexionsvermögen der Ionosphäre oder eine Verschiebung der Ionosphäre in eine größere Höhe, z.B. durch jahreszeitliche atmosphärische Änderungen oder die Tageszeit, beeinflusst werden und der Empfang ist u. U. vorübergehend unmöglich.
- Auch wenn das Zeitkalibrierungssignal richtig empfangen wird, können bestimmte Bedingungen dazu führen, dass die Zeiteinstellung um bis zu eine Sekunde abweicht.
- Die aktuelle Zeiteinstellung gemäß Zeitkalibrierungssignal hat Vorrang über alle manuell vorgenommenen Zeiteinstellungen.
- Die Uhr ist so ausgelegt, dass Datum und Wochentag während der Periode vom 1. Januar 2001 bis zum 31. Dezember 2099 automatisch aktualisiert werden. Die Einstellung des Datums über das Zeitkalibrierungssignal ist ab dem 1. Januar 2100 nicht mehr möglich.
- Diese Uhr kann Signale empfangen, die zwischen Schaltjahren und normalen Jahren unterscheiden.
- Obwohl diese Uhr für den Empfang sowohl der Uhrzeitdaten (Stunde, Minuten, Sekunden) als auch der Datumsdaten (Jahr, Monat, Tag) ausgelegt ist, kann der Empfang unter bestimmten Bedingungen auf nur die Uhrzeitdaten begrenzt sein.
- Falls Sie sich in einem Gebiet befinden, in welchem der richtige Empfang des Zeitkalibrierungssignals unmöglich ist, dann zeigt die Armbanduhr mit einer Ganggenauigkeit von ±20 Sekunden pro Monat bei Normaltemperatur an.
- Falls Sie Probleme mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals haben oder die Uhrzeit nach dem Signalempfang falsch ist, kontrollieren Sie bitte die aktuellen Einstellungen von Zeitzone und Sommerzeit.

Sender

Diese Uhr ist so ausgelegt, dass sie von Deutschland (Mainflingen) und England (Rugby) ausgestrahlte Zeitkalibrierungssignale empfängt. Sie können die Uhr so konfigurieren, dass sie automatisch den Sender mit dem stärkeren Signal wählt.

In diesem Falle:	Führt die Uhr Folgendes aus:
Erste automatische Signalsuche nach Wirksamwerden der werksseitigen Vorgabeeinstellungen oder nach Einstellen einer anderen Zeitzone	1. Prüft zuerst das Signal von Mainflingen. 2. Falls Mainflingen nicht empfangbar ist, wird das Signal von Rugby geprüft.
In allen anderen Fällen	1. Prüft zuerst das zuletzt erfolgreich empfangene Signal. 2. Falls das zuletzt erfolgreich empfangene Signal nicht empfangbar ist, wird das andere Signal geprüft.

Zeitnehmung

- Das Jahr ist im Bereich von 2001 bis 2099 einstellbar.
- Der vollautomatische Kalender der Uhr berücksichtigt die unterschiedliche Länge der Monate und Schaltjahre. Sobald Sie das Datum einmal richtig eingestellt haben, ist es normalerweise nicht mehr erforderlich, dieses neu einzustellen, ausgenommen wenn Sie die Batterie der Uhr austauschen lassen.
- Das Datum wechselt automatisch, wenn die laufende Uhrzeit Mitternacht erreicht. Der Datumswechsel am Monatsende kann allerdings etwas länger dauern als dies normalerweise der Fall ist.
- Die Ortszeiten aller Zeitzonen im Zeitnehmungsmodus und Dualzeitmodus werden mit Bezug auf die für die Heimat-Zeitzone eingestellte Uhrzeit über die jeweilige Zeitdifferenz gegenüber der mittleren Greenwich-Zeit (MGZ) berechnet.
- Die Zeitdifferenz gegenüber MGZ wird von der Uhr anhand von UTC-Daten* berechnet.
  * UTC (Universal Time Coordinated) ist der weltweit verwendete wissenschaftliche Standard für die Zeitmessung (koordinierte Weltzeit). Er basiert auf sorgfältig gewarteten Atomuhren (Cäsium), die die Zeit auf Mikrosekunden genau einhalten. Dabei werden erforderlichenfalls Schaltsekunden addiert bzw. subtrahiert, um UTC synchron mit der Erddrehung zu halten. Bezugspunkt für UTC ist Greenwich, England.

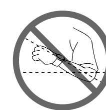
Vorsichtsmaßregeln zur Beleuchtung

- Bei Betrachtung in direkter Sonne ist die Beleuchtung eventuell schwer zu erkennen.
- Wenn ein Alarm ausgegeben wird, schaltet sich die Beleuchtung automatisch aus.
- Häufiges Einschalten der Beleuchtung verkürzt die Lebensdauer der Batterie.

Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtungsautomatik

- Tragen der Uhr auf der Innenseite des Handgelenks, Armbewegungen sowie auch Vibrationen des Arms können ein häufiges Ansprechen der Beleuchtung zur Folge haben. Vor Aktivitäten, die ein häufiges Ansprechen verursachen, sollte die Beleuchtungsautomatik daher ausgeschaltet werden, damit die Batterie nicht unnötig entladen wird.
- Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik kann das Tragen der Uhr unter dem Ärmel ein häufiges Ansprechen der Beleuchtung verursachen und dadurch die Batterie entladen werden.

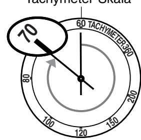
Über 15 Grad zu hoch



- Die Beleuchtung spricht eventuell nicht an, wenn die Uhr mit dem Zifferblatt um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen gehalten wird. Achten Sie daher darauf, den Handrücken beim Ablesen möglichst parallel zum Boden zu halten.
- Die Beleuchtung schaltet sich nach 1,5 Sekunden aus, auch wenn Sie die Uhr weiter auf das Gesicht gerichtet halten.
- Statische Elektrizität und Magnetfelder können die Funktion der Beleuchtungsautomatik beeinträchtigen. Wenn sich die Beleuchtung nicht normal einschaltet, den Arm bitte zunächst in die Ausgangsstellung zurückbewegen (parallel zum Boden) und die Uhr dann wieder auf das Gesicht richten. Falls dies nicht funktioniert, den Arm bitte zuvor an der Seite herabhängen lassen und dann wieder anheben.
- Unter bestimmten Bedingungen schaltet sich die Beleuchtung erst etwa eine Sekunde nach dem Richten auf das Gesicht ein. Dies stellt nicht unbedingt ein Funktionsproblem der Beleuchtungsautomatik dar.
- Wenn die Uhr geschüttelt wird, kann dabei ein sehr leises Klicken zu hören sein. Dieses Geräusch wird vom mechanischen Schalter der Beleuchtungsautomatik verursacht und ist kein Hinweis auf ein Problem bei der Uhr.

Tachymeter

Tachymeter-Skala



Falls Ihre Uhr mit einer Tachymeter-Skala ausgestattet ist, können Sie zunächst im Stoppuhrmodus die für einen Kilometer (oder eine Meile) benötigte Zeit stoppen und dann nach folgender Anleitung automatisch die Durchschnittsgeschwindigkeit berechnen lassen.

- **Bedienen Sie die Stoppuhrfunktion nicht, während Sie ein Kraftfahrzeug lenken oder ein Fahrrad oder anderes Fahrzeug benutzen. Dies wäre sehr gefährlich und könnte einen Unfall zur Folge haben.**

① Starten Sie im Stoppuhrmodus an einer beliebigen Stelle die Zeitmessung .
② Stoppen Sie die Zeitmessung nach einem Kilometer bzw. einer Meile.
③ Die Durchschnittsgeschwindigkeit ist dann der Wert, den der Sekundenzeiger an der Tachymeter-Skala anzeigt.

- Im Beispiel der Illustration hat das Fahrzeug für einen Kilometer 50 Sekunden benötigt. Der Sekundenzeiger zeigt auf 70, was bezeichnet, dass die entsprechende Durchschnittsgeschwindigkeit 70 km/h beträgt.
- Näheres zur Benutzung der Stoppuhr siehe unter „Stoppuhr".
- Der Tachymeter ist nur verwendbar, wenn Sie ein Automobil oder anderes Fahrzeug benutzen, das einen Kilometer bzw. eine Meile in max. 60 Sekunden zurücklegt.

Time Zone Table

GMT Differential Value		Major Cities in Time Zone
Standard Time	DST/Summer Time	
–11.0	DST –10.0	Pago Pago
–10.0	DST –9.0	Honolulu, Papeete
–9.0	DST –8.0	Anchorage, Nome
–8.0	DST –7.0	Los Angeles, San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
–7.0	DST –6.0	Denver, El Paso, Edmonton, Culiacan
–6.0	DST –5.0	Chicago, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg
–5.0	DST –4.0	New York, Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
–4.0	DST –3.0	Caracas, La Paz, Santiago, Port of Spain
–3.0	DST –2.0	Rio De Janeiro, Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
–2.0	DST –1.0	
–1.0	DST +0.0	Praia
G 0.0	G 0.0	(GMT)
+0.0	DST +1.0	London, Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
+1.0	DST +2.0	Paris, Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Berlin
+2.0	DST +3.0	Cairo, Jerusalem, Athens, Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
+3.0	DST +4.0	Jeddah, Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
+3.5	DST +4.5	Tehran, Shiraz
+4.0	DST +5.0	Dubai, Abu Dhabi, Muscat
+4.5	DST +5.5	Kabul
+5.0	DST +6.0	Karachi, Male
+5.5	DST +6.5	Delhi, Mumbai, Kolkata
+6.0	DST +7.0	Dhaka, Colombo
+6.5	DST +7.5	Yangon
+7.0	DST +8.0	Bangkok, Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
+8.0	DST +9.0	Hong Kong, Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
+9.0	DST +10.0	Tokyo, Seoul, Pyongyang
+9.5	DST +10.5	Adelaide, Darwin
+10.0	DST +11.0	Sydney, Melbourne, Guam, Rabaul
+11.0	DST +12.0	Noumea, Port Vila
+12.0	DST +13.0	Wellington, Christchurch, Nadi, Nauru Island

• Based on data as of December 2005.